

<陸上競技のルール解説>

◇陸上競技のルール

陸上競技では、すべての選手が同じ条件で記録を競うことができるように、ルールが細かく定められています。

ルールブックは、英語版は国際陸連（IAAF）のホームページ、日本語版は日本陸連のホームページからそれぞれダウンロードできます。

http://www.iaaf.org/mm/Document/06/28/89/62889_PDF_English.pdf （英語版）

<http://www.jaaf.or.jp/athlete/rule/> （日本語版）

また簡単な解説は、日本選手権のブログロムやサイトに掲載してあります。

<http://www.jaaf.or.jp/ich/95/highlight.html>

陸上競技ルールの運用は、IAAF と日本とで若干の違いがあります。以下、オリンピックで適用されるルールなどを解説します。

◇スタートのルール

日本語のスタートの合図は、400m までの種目では、「位置について」「用意」の後、号砲が鳴ります。800m以上の種目では、「位置について」の後に号砲です。

スタート合図に使用する言語ですが、ローカルな大会では、英語、フランス語、地元の言葉から選択が可能となっていますが、オリンピックや世界陸上では、英語のみと IAAF ルールで定められています。

「位置については」は「On Your Marks（オン・ユア・マークス）」、「用意」は「Set（セット）」です。

400m まではスターティングブロックを使い両手がグラウンドに触れる“クラウチング”スタートが義務付けられており、一方、800m以上のレースで選手は手をグラウンドに触れてはいけません。

◇フライングのルール

IAAF は、2 年前から不正スタート（通称：フライング）のルールを改正しました。混成競技以外のトラック種目では、1 回目のフライングで失格となります。日本国内ではまだ主催大会など一部でのみの適用ですが、オリンピックではこのルールが適用されます。

スタートのときに、示されるカードの色を知っていると、現場で何が起きているかがわかります。

スタートで呼び戻しのピストルが鳴った後、赤のカード（旗）が該当する選手に示された時は、フライングによる失格です。赤旗でなく緑色の旗が振られたときは、ノーカウントを意味します。機器などの不具合が原因で選手に非がない場合です。今年からこのカードのデザインが変わりま

した。フライングで示されるカードは、失格のときは「赤／黒」、混成競技の1回目には「黄／黒」が示されます。

スタートでは、フライングとは別にスタート位置に速やかにつかない遅延行為などスポーツ選手にあるまじき行為をしたと判断されたときに提示されるカードもあります。このスポーツ選手にあるまじき行為を同じ競技会中に2度繰り返した場合(別の種目であっても)には、その選手は、競技会の以後の種目への参加が認められません。このとき示されるカードの色は、1回目が全面黄色、2回目が全面赤色です。

今年から、フライングの警告で使われるカードと、スポーツマンシップにあるまじき行為に示されるカードの違いが明確になっています。

なおオリンピックでは、ピストルと連動した不正スタート発見装置が使用されます。

◇日本と世界で異なるトラックのマーク

トラックには、スタートやフィニッシュ用のラインだけでなく、ハードルを置く場所やリレーのゾーンなどを示すための様々なマークがペイントされています。日本と世界とではマークが違います。特にリレーのテークオーバーゾーンは、日本は緑の三角ですが、世界はカギ形です。

◇トラックとフィールドでの現場での抗議

トラック種目でフライングで失格となったとき、不正スタート装置を使っていない大会では、口頭でのアピールをすることで、審判長の判断によっては、裁定留保の状態で競技することが認められることがあります。しかしオリンピックでは、この装置を使用していますので、フライングの判定は覆ることはありません。

フィールドでは、ファール判定に納得がいかないとき、その場ですぐに、審判長にアピールすることで、その記録を計測し保全してもらうことができます。競技終了後、抗議が認められた場合にはこの記録は有効となり、認められなかったときは、その記録はなかったものとみなされます。

◇予備予選の実施

今回、オリンピックとしては初めて、男女100m競走で予備予選が実施されます。

オリンピックの陸上競技では、種目ごとに参加標準記録が設定されており、この記録を突破しなくては参加することはできません、唯一の例外として、すべての種目に突破者がいないNOCに限っては、混成競技などを除く、いずれかの種目へ男女1名ずつの参加が認められます。

この枠で参加する選手は、多くが100mにエントリーすることから、参加選手数が多数となり、過去のオリンピックでは、1次予選、2次予選、準決勝、決勝と4つのラウンドが設定されていました。

こうなると、100m、200mそしてリレーを掛け持ちしているトップ選手は、100mで4回、200mで3回、リレーで2回とあわせて9回走ることになり疲労困ぱい。新記録への期待が薄まってしまいます。

こうした負担を軽減するために、オリンピックと世界陸上でのラウンド数は最大 3 回までとする
ことを IAAF は決定し、昨年の世界陸上から導入されたのが、予備予選です。

IAAF ルールでは、100m で 3 ラウンドで実施できる最大の人数は、8 レーンのトラックでは、
56 名です。エントリーの際に、この人数を超えた場合、標準記録を突破していない選手のみを
対象としたレース「予備予選」が実施されるのです。仮に、標準記録突破者が 50 名いた場合に
は、残る 6 名の枠をかけて予備予選が実施されることになります。

◇予選の組み分け

予選の組み分けは、ベストタイムや持ちタイムに関係なく抽選で決定されます。ただし好記録を
もっているトップレベルの選手（チーム）が決勝に進めるよう配慮するよう推奨されています。
例えば、世界記録保持者と今季世界最高記録保持者が抽選の結果、同じ組になったときは、IAAF
の競技部門総責任者“技術代表”の判断で別の組に移すことになります。

予選や準決勝では、同じ国の選手が別の組となるように組み合わせに配慮がなされます。

◇予選後の組み分けのルール

400m までのトラック種目とリレーで、予選を終えた次ラウンドの組み分けの決め方は“順位
優先”の考え方です。「4組3着+4」のレースのときは、各組 1 着の選手の記録順で A、B、
C、D と序列が決まり、2 着の記録順に E、F、G、H、3 着でも I、J、K、L そしてプラスの 4
名の記録で M、N、O、P と序列が決められます。そのうえで次ラウンドである準決勝の 2 つの
組のレベルが均等になるようにつぎのパターンで組み分けされます。

ひとつの組	A	D	E	H	I	L	M	P
もうひとつの組	B	C	F	G	J	K	N	O

◇シードレーン

レーンの決め方にもルールがあります。8 レーンのトラックでは、上位 4 人（チーム）は中央
4 つのレーン（第 3~6 レーン）、それに続く中位の 2 人（チーム）は外側の 2 レーン（第 7~8
レーン）、下位の 2 人（チーム）は内側の 2 レーン（第 1~2 レーン）に割り振られそれぞれ抽選
によりレーンが決まります。

先の組み分け解説の 2 つの組を例にとると、3~6 レーンにはいれるのは、ADEH と BCFG、7、
8 レーンには I、L と J、K、1,2 レーンには M、P と N、O となります。

◇4×400m リレーバトン渡しの注意

4×400m リレーの第 3、第 4 走者は審判の指示に従い、前走者が 200m のスタート地点を
通過した順序で、内側より並び待機します。その後、この順序を変えるとチームは失格になりま
す。

さらにテークオーバーゾーンの内側より走り出さなくてはなりません。このときラインの線は踏

んでもかまいません。

◇リレー編成の決め方

リレーのメンバー決定は、世界では、日本のルールより柔軟です。

予選と決勝の 2 ラウンドの場合、予選では、リレーにエントリーされているかどうかはまったく関係なく、どの種目であっても大会にエントリーされてさえいれば誰でもリレーを走ることができます。次以降のラウンドでは、さらに 2 名まで変更が可能です。

◇棄権は原則禁止

オリンピックでは、選手が実際に出場するかを書面で最終確認します。万が一、この書類提出後に理由なく棄権すると、大会期間中、その後におこなわれるどの種目にも参加することはできなくなります。同様に、予選で次ラウンドへの進出する権利を得たのに棄権することもできません。ただし大会組織委員会が手配した医事担当者の診断書があった場合は、この限りではありません。またリレーのオーダー用紙提出後のウォームアップ中に怪我などのために走ることができなくなった場合、組織委員会の医事担当の診断書があれば、選手変更は可能です。

◇競歩の一発失格

オリンピックの競歩では、IAAF から派遣された主任を含む 9 名の国際競歩審判員が判定を担当します。異なる審判員から 3 枚以上の赤カードを出された場合、失格となりますが、残り 100m からフィニッシュまでの間で歩型違反が明らかでない時、主任はこれまでの赤カードの枚数に関係なくその選手を失格にすることができます。

◇フィールド種目の試技順

走幅跳、三段跳、投てき種目の試技順番は、8 名に人数が絞られる 4 回目以降、記録が低い選手から高い順へと変更になります。昨年までは、6 回目でもさらに変更するようルールに定められていましたが、今年からその規定はなくなりました。

◇フィールド種目の制限時間

フィールド種目では、定められた時間内に試技をしないとファールとなります。制限時間は種目や状況によって異なります。

選手が準備できてからではなく、前の選手の計測などが終わり審判の準備ができたときから時間はカウントされます。この時間は、競技場所に置かれた時計でカウントダウンされています。15 秒前になると審判により黄旗が上げられ、時間になると赤旗が掲げられます。